



Club Alpino Italiano – Sezione di Cagliari  
**Programma Annuale Escursioni  
2023**



domenica 12 marzo

8.a escursione sociale

## Bacu Mudaloru - S'Iscalone 'e Urele

Tragitto	in auto proprie
Ritrovo1	Park Conad Via Marconi Quartu S.E. - ore 07.00
Ritrovo2	Ingresso Baunei – Park Fronte Cimitero - ore 09.00
Comuni interessati	Baunei
Lunghezza	13 km circa
Dislivello in salita e discesa	400 m circa
Tempo di percorrenza	6 ore circa (pause escluse)
Difficoltà	EE
Tipo di terreno	sentiero, pietraia, sterrata, carrareccia
Interesse	Paesaggistico, naturalistico;
Segnaletica	assente
Attrezzatura	scarponi da trekking, vestiario adeguato alla stagione
Pranzo	al sacco a cura dei partecipanti
Acqua	Scorta adeguata alla stagione
Rientro previsto a Cagliari	Ore 20,00 circa
Prenotazioni	al n. 320.2752.476 (Stefania) - solo messaggi WhatsApp o Sms entro le ore 12 di venerdì 10 marzo - indicando se interessati al percorso ad anello (per max 5 partecipanti) o a bastone

Escursione riservata ai soci; max n.15+5 per un totale di 20 partecipanti; contributo organizzativo 3 euro

### Per partecipare

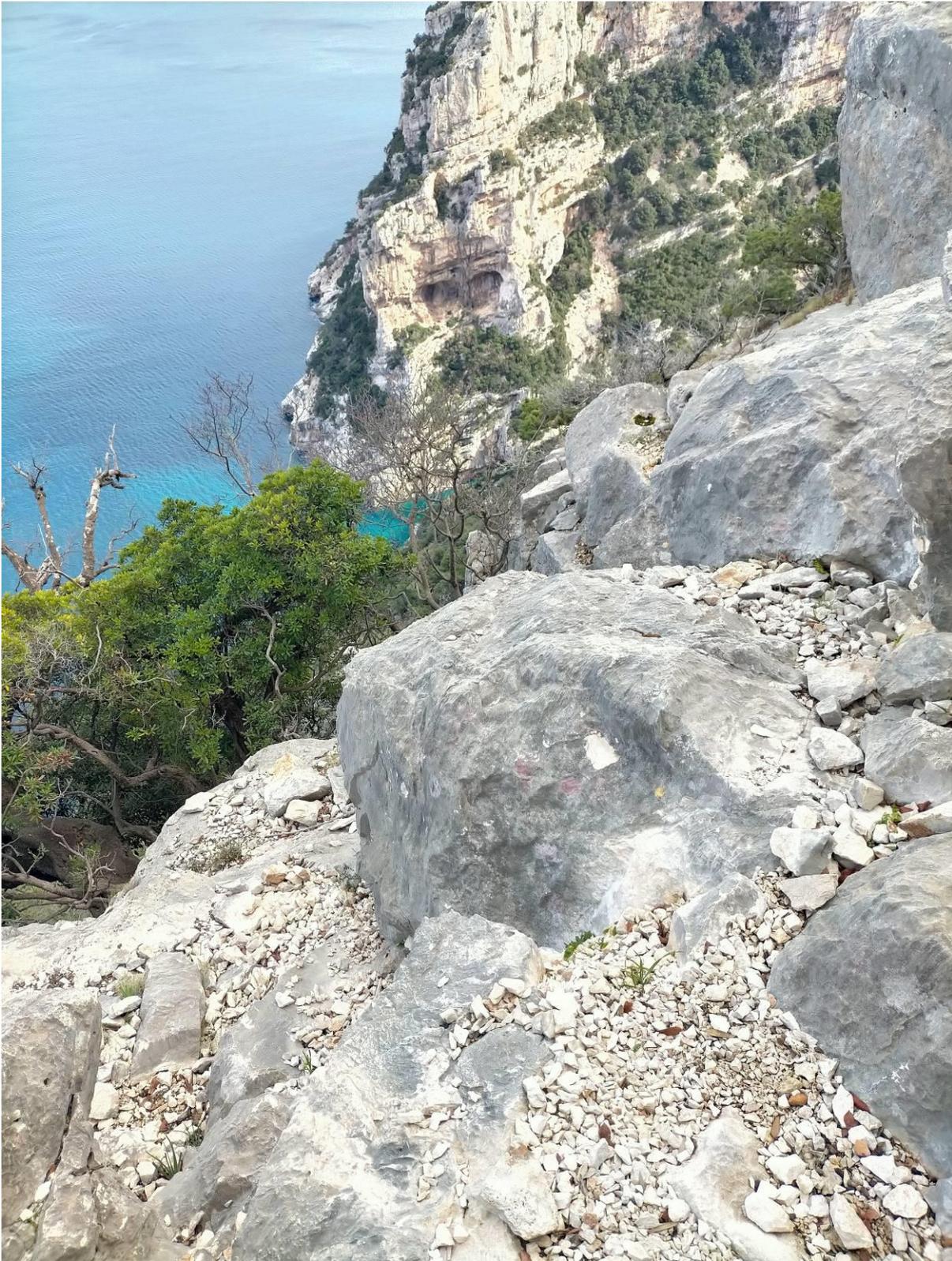
Per motivi di sicurezza la partecipazione è riservata ad un max di 20 partecipanti, esperti e allenati. Verrà data la precedenza nelle iscrizioni ai soci che non hanno partecipato alle due escursioni di Pranu Trebini, a condizione che diano la loro adesione entro la giornata di mercoledì 08 marzo.

Lo svolgimento della escursione prevede due diversi percorsi e due diversi gruppi, con dei tratti in parte in comune.

- un gruppo (15 persone circa) percorrerà l'intero Bacu Mudaloru con un percorso a bastone;
- un secondo gruppo (per max 5 persone) affronterà invece un percorso ad anello più impegnativo.

Al momento della iscrizione è opportuno indicare l'opzione preferita ma sarà poi cura dei Direttori formare i due gruppi a loro insindacabile giudizio.

L'escursione presenta diversi passaggi tecnici e tratti esposti. Sia per il dislivello, sia per la tipologia del terreno, richiede esperienza escursionistica, passo fermo ed una buona preparazione fisica.



### **Descrizione generale**

Itinerario spettacolare tra i calcari ricoperti da una fitta vegetazione di macchia mediterranea, lecci e ginepri che nel punto più basso arriva sino alla piccola spiaggia in ciottoli con un grottone visibile solo in condizioni marine ottimali e con capacità di arrampicata.

L'escursione si svolgerà all'interno delle tipiche morfologie del Supramonte: gole (*codule*), guglie, archi rocciosi, falesie, cenge e tutto ciò che rende il paesaggio unico e selvaggio.

Elementi tipici di questo luogo sono inoltre i cuiles e pinnettos che testimoniano una incessante attività umana in ambito agro pastorale fin dalla notte dei tempi.

I pinnetos sono strutture composte da capanne circolari con base in pietra calcarea più un tetto in ginepro e frasche , mentre nei cuiles si aggiungono strutture più complesse con muretti, recinti per animali (adulti e cuccioli spesso separati) e strutture per la raccolta e conservazione dell'acqua, bene preziosissimo in tali territori.

I cuiles sono spesso collegati sia tra loro che con vari luoghi di interesse (fonte, grotta, paese) con una fitta rete di sentieri che un occhio non allenato difficilmente coglie, e che in parte percorreremo nel nostro itinerario.

In particolare, gran parte del nostro percorso sarà quello utilizzato dai pastori per raggiungere gli animali in difficoltà, mentre altra parte del percorso sarà su una carrareccia oramai in disfacimento utilizzata in passato per il trasporto del carbone.

Nella camminata incontreremo anche una delle tante iscal'e fustes, struttura che utilizzando solo tronchi, rami e pietre sapientemente combinati permetteva ai pastori di evitare salti in corda e percorsi esposti. Incontreremo inoltre una grotta dove sono emersi ritrovamenti di età paleolitica che testimoniano l'antica e costante frequentazione di questi luoghi, abbandonati relativamente di recente.



### **Clima**

L'inverno è piuttosto freddo con valori intorno a 0- 5 ° e si protrae per circa 4 mesi ,le gelate si verificano con una certa frequenza , talvolta con forte sbalzo termico giorno/notte . Le precipitazioni possono essere anche nevose ma concentrate nei mesi invernali, mentre durante l'estate sono scarse / nulle determinando un periodo di siccità e rendendo quindi difficile la vita per gli animali , per la vegetazione e per l'uomo. Il vento insieme all'acqua favoriscono l'azione erosiva di questi massicci calcarei mesozoici in continua trasformazione.

## Flora

Lungo il percorso troviamo talvolta fitta , talvolta rada , una vegetazione caratterizzata da una macchia con esemplari di leccio. Ovunque è presente il ginepro rosso, isolato o intrecciato insieme ad altre specie . La più importante formazione è la boscaglia mista di sempreverdi mediterranei costituita da specie quali, ad esempio: *Phyllirea latifolia*, *Quercus ilex* ( *quercia*), *Arbutus unedo* ( *corbezzolo*), *Erica arborea*, *Smilax aspera* ( *salsapariglia*), *Juniperus oxycedrus*, *Olea europea sylvestris* ( *olivastro*), *Pistacia lentiscus*, *Myrtus communis* , *Paeonia mascula*, *Thymus* , *Helichrysum italicum*, e *Rosmarinus officinalis*.

Nei suoli degradati, a causa di tagli irrazionali e incendi dolosi, dimorano *Santolina insularis* e *Asphodelus aestivus*. Dove scorrono i torrenti, si sviluppano formazioni di oleandri .



## La fauna

La fauna è contraddistinta da capre, mucche, maiali e cinghiali al pascolo brado. In cielo possiamo scorgere il colombaccio, il gabbiano e la cornacchia grigia e alcune specie rare, quali: il falco della regina, l'aquila reale, l'astore, il falco pellegrino, l'aquila del *Bonelli*.

## Come si arriva

Il tragitto si svolgerà con le auto proprie. Si ricorda che è richiesta la massima puntualità (arrivare almeno 5 minuti prima degli orari indicati).

Il ritrovo è previsto per le ore 07.00 a Quartu S.E. – Parcheggio supermercato Conad - Via Marconi.

Da Quartu S.E. si percorre la nuova SS.125 fino all'ingresso di Baunei.

Qui è previsto, nello slargo di fronte al cimitero, un secondo punto di ritrovo per le ore 09.00.

Dopo aver riunito il gruppo e ottimizzato i posti auto, ci dirigiamo verso l'altopiano del Golgo, da cui percorreremo la strada verso Sisine. Ci parcheggeremo in uno spiazzo sicuramente sufficiente per tutte le auto. Distanza totale da Cagliari circa 160 km.



## **Itinerario a piedi**

Lasciate le auto cominceremo il nostro cammino attraversando una sbarra, frequentemente aperta. Percorrendo a piedi la strada sterrata in direzione N , dopo circa un km troveremo sulla nostra sinistra un cartello in legno che indica la direzione per il Bacu Mudaloru (dir NE). Continuando nel nostro cammino troveremo uno slargo con un grande albero che in prossimità del cuile indica l'inizio della discesa nel bacu.

Il bacu è caratterizzato da tracce di carrareccia, sentieri , parti segnalate solo da omini e pietraie ; ci saranno anche piazzole dei carbonai , recinti per animali in buono o cattivo stato e una scala `e fustes .

In corrispondenza di una delle ultime piazzole il gruppo si dividerà:

- una parte (15 persone circa) proseguirà sino alla fine del bacu per arrivare alla neo spiaggia di ciottoli, quindi, ritornando sui suoi passi con un percorso a bastone, si riporterà in quota per dirigersi verso un cuile.

Il resto del gruppo (per max 5 persone), invece, affronterà un percorso ad anello impegnativo, che richiede un buon equilibrio, capacità di risalita su terreni sdruciolevoli e pietre mobili, buon allenamento alla fatica e assenza di vertigini. Durante questa variante si attraverserà una



## **Norme di comportamento da tenersi durante le escursioni:**

1. Per motivi di sicurezza, ogni componente del gruppo durante l'escursione deve stare sempre dietro il Direttore di Escursione e ne dovrà seguire scrupolosamente le indicazioni; il non attenersi vale come rinuncia implicita al nostro accompagnamento; non sono consentite iniziative personali durante l'escursione. Ogni partecipante ha il dovere di contribuire alla buona riuscita dell'escursione, con un comportamento attento e prudente e di massima collaborazione.
2. Mettersi a disposizione del Gruppo, regolare la propria andatura sulla base del passo del Direttore di Escursione; evitare di attardarsi per non rallentare l'intero gruppo ma anche di camminare troppo veloci e diventare una spina nel fianco del Direttore di Escursione; per quanto possibile sfruttare le soste anche per espletare le proprie esigenze fisiologiche.
3. Chi dovesse fermarsi per necessità fisiologiche lasci lo zaino lungo il sentiero e chi chiude la fila saprà che deve attenderlo.
4. Regolare la propria andatura in modo da mantenere un costante contatto visivo con chi ci precede e con chi ci segue; nei bivi non segnalati o comunque in caso di dubbio sul percorso da seguire, non avventurarsi sulla presumibile traccia, ma nel caso in cui si sia perso il contatto visivo con chi ci precede, occorre fermarsi lungo il sentiero e non procedere oltre. Attendere chi chiude la fila che saprà quale direzione prendere.
5. Non è gradito che si fumi durante l'escursione.
6. E' fatto assoluto divieto di lasciare qualsiasi tipo di rifiuto, COMPRESO QUELLI RITENUTI BIODEGRADABILI; i rifiuti si riportano a casa.
7. Silenziare la suoneria dei telefonini ed evitare, se non per casi di urgenza, di farne uso se non per effettuare delle foto, per effettuate le quali - si ricorda - è consigliabile fermarsi e là dove la stabilità fosse precaria, cercare un appoggio sicuro.
8. Si invitano i partecipanti ad evitare l'uso di materiali in plastica usa&getta (bicchieri, buste, ecc.) dotandosi di bicchieri lavabili e riciclabili, e/o di contenitori riutilizzabili. L'ambiente si rispetta e si evita l'inquinamento anche attraverso questi piccoli accorgimenti che tutti dovrebbero adottare.

## **Dichiarazione di esonero di responsabilità**

Il Club Alpino Italiano promuove la cultura della sicurezza in montagna in tutti i suoi aspetti. Pur tuttavia la frequentazione della montagna comporta dei rischi comunque ineliminabili e pertanto con la richiesta di partecipazione all'escursione il partecipante esplicitamente attesta e dichiara:

- di non aver alcun impedimento fisico e psichico alla pratica dell'escursionismo, di essere idoneo dal punto di vista medico e di avere una preparazione fisica adeguata alla difficoltà dell'escursione;
- di aver preso visione e di accettare incondizionatamente il Regolamento Escursioni predisposto dal CAI – Sezione di Cagliari;
- di ben conoscere le caratteristiche e le difficoltà dell'escursione;
- di assumersi in proprio in maniera consapevole ogni rischio conseguente o connesso alla partecipazione all'escursione e pertanto di esonerare fin da ora il CAI Sezione di Cagliari e i Direttori di Escursione da qualunque responsabilità.

## **Direttori di Escursione**

Paolo Profeta (ASE) – Stefania Camba – Claudio Simbula (ASE)

**Chat Whatsapp Escursionismo Cai Cagliari**

Vi ricordo che i soci che volessero ricevere informazioni sull'attività escursionistica, possono richiedere l'iscrizione nella chat inviando un messaggio di adesione al sottoscritto al numero 339/63.09.631.  
Il Presidente del Gruppo Escursionistico Gescai (Claudio Simbula)

**Collaborazione alle attività escursionistiche**

Le attività del Gruppo Escursionistico sono aperte alla collaborazione di tutti i soci della sezione.  
I soci che volessero partecipare per collaborare alla preparazione, organizzazione e gestione delle attività escursionistiche, possono inviare un messaggio al sottoscritto al numero 339/63.09.631.  
Sarà mia cura ricontattarli per concordare un incontro e fornire ogni informazione utile al riguardo.  
Il Presidente del Gruppo Escursionistico Gescai (Claudio Simbula)